

## ABEND - KOCHKURS - PROGRAMM      Januar – Juni 2022

### GESCHENK - GUTSCHEINE

Sichern Sie sich rasch einen Platz! Jeder Kurs dauert nur einen Abend. Auf Anfrage für Privat-Gruppen von 8-14 Personen, z. B: Geburtstag, Firmen- oder Weihnachtsessen, Abschluss Event.

**SUPER-VEGI-Nachtessen    Fr. 140.00    Donnerstag 20. Januar                      18:30 - ca. 22:30 h**  
Fleischlos schlemmen, sich gesund und leicht ernähren; schnelle Power-Gerichte, mit viel Gemüse, Getreide, Quinoa, gewürzter Tofu, Linsen, Kürbis, Kokosmilch, wenig Milchprodukte. Die Gerichte lassen sich zu vollwertigen Menüs ergänzen. Auch ein leckeres Dessert ist dabei. Früh anmelden lohnt sich.

**KÖSTLICHE DESSERTS        Fr. 140.00    Donnerstag 27. Januar                      18:30 - ca. 22:30h**  
Planen sie schon das Menü für ihre nächste gemütliche Einladung? Das Dessert bleibt der krönende Abschluss nach einem feinen Essen. Die verführerischen Kreationen sind alle zum Vorbereiten, damit sie in Ruhe den Abend mit den Gästen geniessen können. Auch Unkompliziertes für die einfache Einladung ist dabei; Oder einfach um den Alltag zu versüßen. Die Schlemmereien bringen ihnen garantiert Erfolg.

**CHINESISCH KOCHEN II    Fr. 150.00    Donnerstag 10. Febr.                      18:30 - ca. 22:30 h**  
Die Chinesische Küche bietet so viele Köstlichkeiten an; es lohnt sich für alle, die diese Küche lieben. Berühmte Gerichte wie ein echtes Sweet & Sour, Rührgebratene Ente, oder eine Won-Ton Suppe und vieles mehr stehen auf dem Programm. Wie immer rundet ein feines Dessert den Abend ab.

**INDONESISCH Bali & Java    Fr. 150.00    Donnerstag 24. Febr.                      18:30– ca. 22:30 h**  
Der Reichtum der Indonesischen Küche entfaltet sich in der berühmten Reistafel. Gerichte aus Java & Bali zaubern eine exotische Note in den Speiseplan. Den Rezepten wird oft Palmzucker und Kokosmilch und Raspel zugefügt. Was in Kombination mit pikanten Zutaten mildernd wirkt. Sie lernen natürlich auch die berühmten Satés (Fleischspießchen) zu zubereiten mit der umwerfend guten Erdnuss Sauce.

**DIE BESTEN CURRYS        Fr. 15.00    Donnerstag 17. März                      18:30- ca. 22:30 h**  
Eine Auswahl an speziellen Curry-Rezepten vorwiegend aus der Indischen Küche. Wir bereiten auch selber eine feine exotische Curry-Mischung zu. Fisch-, Chicken-, und Lamm-Currys in sämigen Saucen, begleitet von Reis und einem „Daal“ (Linsensauce). Auch ein feines Gemüse-Curry ist dabei. Alle Gerichte zum Vorbereiten. Ein süsser Abschluss darf auch nicht fehlen.

**SUSHI                                      Fr. 150.00    Donnerstag 24. März                      18:30– ca. 22:30 h**  
Das kalorienarme delikate Gericht aus Japan! Es gibt viele Wege wie man die Sushi füllt und rollt. Ich vermittele kreative Ideen, stelle verschiedene Rezepte vor und zeige wie man Sushi's einfach selber herstellen kann. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Ob ganz vegetarisch oder mit rohem Fisch, Sushis schmecken einfach wunderbar. Ein Dessert rundet den Abend ab.

**SPARGELN                              Fr. 150.00    Donnerstag 28. April                      18:30– ca. 22:30 h**  
Der Frühling und Spargeln gehören zusammen. Neben der klassischen Zubereitung gibt es unzählige schmackhafte und interessante Gerichte. Ob als Apéro-Häppchen, zur Vorspeise, als Beilage oder als Hauptgang; Spargeln in Grün oder Weiss sind immer eine Delikatesse. Lassen sie sich von der Vielfalt überraschen. Ein Dessert (ohne Spargeln) ist wie immer auch dabei

**Gourmet-Fisch-Gerichte    Fr. 160.00    Donnerstag 12. Mai                      18:30– ca. 22:30 h**  
Eine spezielle Auswahl an feinen Fisch-Rezepten. Geeignet für Gäste und zum Vorbereiten. Vom einfachen alltäglichen bis zum raffinierten Fisch-Gericht. Vieles aus dem Backofen als Alternative zum Grillfleisch. Auch eine edle Vorspeise und Apéro sind dabei ; ein feines Dessert darf auch nicht fehlen.

**VEGI-Sommerbuffet        Fr. 140.00    Donnerstag 23. Juni                      18:30– ca. 22:30 h**  
Eine reiche Auswahl an Rezepten für ein fleischloses Geniessen in der Sommerzeit. Die Gerichte lassen sich gut kombinieren. Sie können auch als Ergänzung zum Grillfest oder als einfaches Abendessen serviert werden. Von der Vorspeise bis zum feinen Dessert lässt sich alles vorbereiten. Mit wenig Milchprodukten.

**ORT:** Oberstufenzentrum Leimental, Hauptstr.74, Bättwil; von Tramstation Flüh 2 Min. zu Fuss, neben COOP. Per Auto: vor COOP rechts abbiegen. P vor dem Schulhaus. Küche ist im Parterre des rechten Gebäudetrakts.

**Anmeldung / Info:** Myrta Fink, 061 721 03 50 / 076 544 94 96 [info@peppercard.ch](mailto:info@peppercard.ch)

Vielen Dank für Ihr Interesse, ich freue mich auf Sie / Dich

Myrta Fink